

令和5年 10月3日



相談室からのお手紙（10月号）

愛媛県立松山中央高等学校

こんにちは。コスモスが咲きはじめ、夜は虫の声が聞こえます。秋の気配は確実に来ているのに、日中はまだまだ暑いですね。2学期になりしばらくたちましたが、皆さん学校生活はいかがですか。思い返せば私が高校生になったとき、春はただ高校という場所に慣れようと必死で、あっという間でした。そして夏になり、夏が過ぎ、と季節が流れていく中で私は次第に「私は今、自分の足で立てているのかな」と思うようになっていきました。いろんなことが積もって、「もう何をしてもダメなんだ」と思い、「そんなことない」と振り切る気力もなく自分の弱さを認めてしまった、それが9月でした。9月は夏バテだけではない、心もエネルギー切れしやすいときなのかもしれません。

「しんどい」「つらい」「もう無理」「もう頑張れない」今、これらの言葉に反応してしまう人はどれくらいいるのでしょうか。勉強のこと、部活のこと、クラスや部や家族との人間関係のこと、自分のこと。悩みや言葉にならないもやもやがあふれてきて、苦しくてたまらなくなっている人はいませんか。

毎日の食事と睡眠は、体だけでなく心にもとても大切です。エネルギーチャージができ、立ち上がる元気をくれます。しんどいときこそ、しっかり食べて、眠ってくださいね。そして、自分の気持ちを誰かに聞いてもらってください。本当の気持ちを話せたら、やっと呼吸できたような気がすると思います。

相談室ではメールも受け付けています。相談ではなく「ただ言いたいだけ、吐き出したいだけ」でも大丈夫。「いつも元気！」でなくてもいいのです。どうか自分自身にも、優しくしてあげてほしいなと思います。

スクールライフアドバイザー 岡本 綾

★スクールライフアドバイザー来校予定日（12：00～18：00）

10月 5日（木）・10日（火）・12日（木）・17日（火）

19日（木）・24日（火）・26日（木）・31日（火）

★メールアドレス kawamin_chuosoudansitu@school.esnet.ed.jp

★生徒の皆さんだけでなく、保護者の皆様も、気軽に利用してください。

なお、メールの返信は遅れるかもしれませんが、
スクールライフアドバイザーが必ず返信します。



月曜日の朝のことです。

「ねえ、先生。堀之内で何があったんですか。」

私を見かけたという同僚の先生に聞かれました。たくさんの方が堀之内方面から歩いて来るのを見て、何事だろうと思われたのです。私は、愛媛県美術館で行われていた石村嘉成（いしむらよしなり）展に出かけていました。入場者は、9月9日で5万人を突破し、展覧会の最終日となった10日には、美術館の中にも、外にも入場を待つ行列が続き、ファイナルセレモニーを控えた館内は、取材陣をはじめ、たくさんの人であふれていました。

石村嘉成さんは、新居浜市生まれの29歳。2歳で自閉症と診断され、両親の愛情と努力のもと、療育センターでの指導などを受け、成長しました。高3の授業で描いた版画が評価され、創作活動を始め、その活動や成長の軌跡は、メディアでも多数取り上げられています。高校生の皆さんがおそらく最も目にしているのは、とべ動物園の入り口に設置されている「動物園のなかまたち」という作品でしょう。嘉成さんが描いた絵をモチーフに、砥部焼の陶板で制作されています。

鮮やかな色彩や、こちらに迫ってくる目の力に吸い込まれそうな作品の題材のほとんどは生きもので、撮影もSNSもOKという展覧会は、子どもから大人まであらゆる年代の人が訪れ、とてもにぎやかで楽しい雰囲気でした。毎日欠かさないという絵日記は、嘉成さんらしさにあふれています。右半分は、今日の出来事を丁寧な文字で綴り、難しい漢字も全部書きます。左半分には、今日の自分が大好きな生きものを描きます。10年で100冊以上。驚いたことに、いつ、どんな生きものを描いたのか、全部記憶しているといいます。

なぜ、彼の作品はこれほどまでに人を惹きつけるのでしょうか。生きものが「一生懸命生きる」姿を、家族や支援者に支えられ「一生懸命生きる」嘉成さんが描いているからではないでしょうか。その作品は、10年余りで進化を続け、「生きる喜び」を私たちに届けてくれています。50日間の展覧会を駆け抜けた父親の和徳さんは、嘉成さんの障がい者手帳を掲げ、温かい拍手に包まれながら、涙を流して挨拶をされました。嘉成さんは、感謝の気持ちを伝え、「また、ここ（美術館）に帰ってきます」と多くのカメラや人の前で話しました。みなさんも、機会があったら、石村嘉成さんの作品を見てみませんか。きっと何かを感じることができます。また、下記の本もおすすめします。

『自閉症の画家が世界に羽ばたくまで

—亡き母の想いを継いだ苦闘の子育て—

著者：石村和徳・石村有希子 絵：石村嘉成 扶桑社

教育相談課 Y